



# Bulletin du 3ème trimestre 2025

- Édition du 10 oct. 2025 -

**Les Jardins  
de Sedna**

L'EHPAD | **sedna.**  
RÉSIDENTIEL | FRANCE





Lundi 14 juillet matin: sortie à Crisenoy à l'occasion d'une exposition de véhicules anciens. Cette sortie avait été proposée par une bénévole, famille de résident qui nous a facilité l'accès, ce qui nous a bien aidés. Deux autres familles étaient présentes et ont proposé leur aide, et nous les remercions tous pour leur aide.



Le temps était idéal, et les résidents ont pu admirer les véhicules, faire des photos souvenir et prendre une collation. Puis un groupe a préféré rester installé à l'ombre d'une tonnelle à voir défilier les véhicules tandis qu'un autre est allé flâner dans les allées du vide grenier.





Une sortie a aussi été programmée lundi 14 juillet après-midi avec un autre groupe de résidents.



### Parcours d'équilibre

Les lundis après-midi : parcours d'équilibre avec la kiné et l'animatrice.



Mardi 22 juillet : atelier gymnastique avec l'animatrice .



Mardi 29 juillet: pendant ce temps, en salle d'animation c'était activité physique adaptée avec l'intervenant d'AS Mouvement.



Vendredi 25 juillet : bar éphémère, certains résidents ont souhaité participer à des jeux et l'animatrice a proposé à tous une boisson fraîche (sodas, bière sans alcool...)



Mardi 15 juillet: partie de scrabble avec Brigitte, bénévole qui intervient les mardis et vendredis après-midi.



Mardi 29 juillet après-midi : jeux de société avec l'animatrice et une bénévole.



Jeudi 31 juillet: jeux de société après le goûter



Mardi 8 juillet: sortie matinale dans le bourg d'Avon à la découverte des venelles.



### Sortie détente

Sortie détente vendredi 4 juillet dans le jardin du couvent des Carmes avec la psychologue et l'animatrice. Pendant l'été, l'animatrice et la psychologue proposent deux sorties matinales par semaine (les lundis et vendredis matins, possiblement décalées sur d'autres jours pour cause de météo).



Mercredi 23 juillet matin après le café détente : petit tour dans le jardin proposé par l'animatrice .



Mardi 29 juillet : pour terminer la journée, elles ont proposé une sortie dans le jardin bien appréciée.



Mercredi 16 juillet: atelier épluchage de légumes avec la psychologue comme tous les mercredis. Ces légumes seront utilisés pour la soupe du soir.



Mardi 8 juillet: après la sortie, un atelier mandala a été proposé.



Mardi 22 juillet après le café détente, l'animatrice a proposé un atelier mandala dans une bonne ambiance.



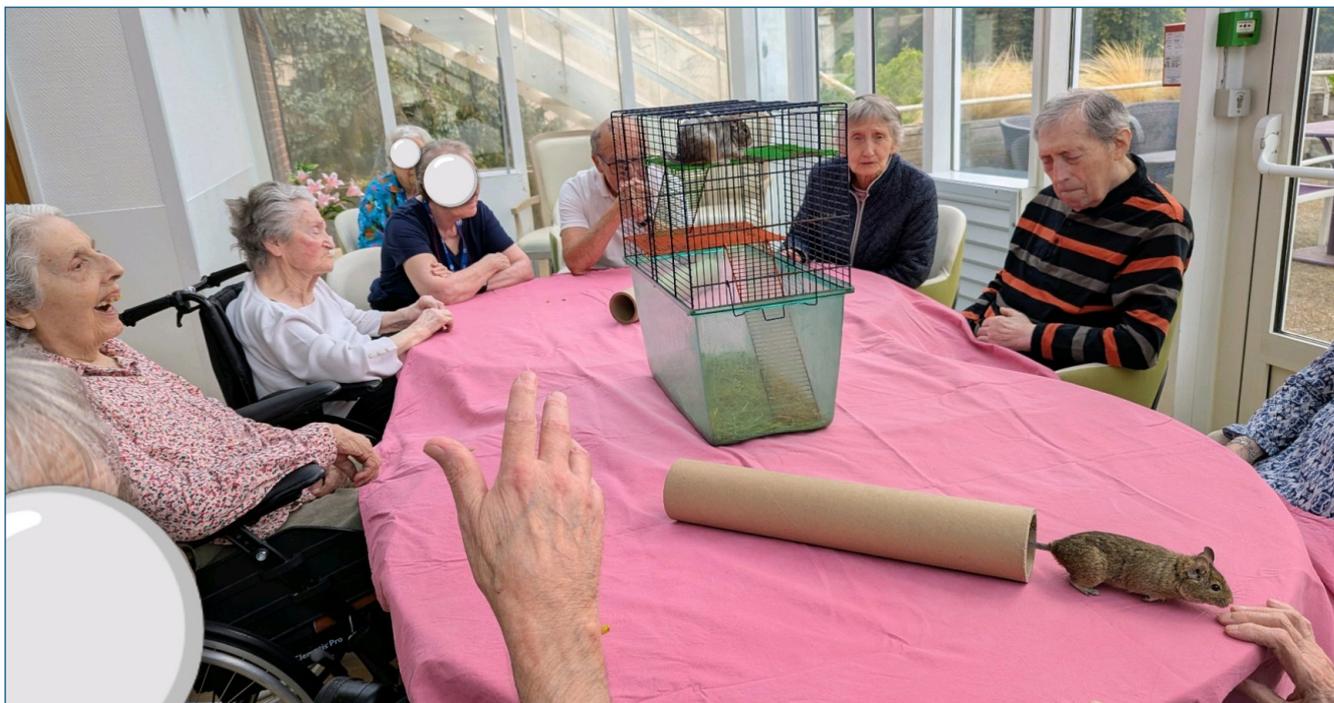
Jeudi 24 juillet : atelier décoration du SAS.



L'atelier "estime de soi" est toujours très apprécié les mercredis après-midi en salle d'animation. C'est un temps de détente et d'échange et des affinités se créent entre les résidents.



Mercredi 23 juillet après-midi : atelier "estime de soi" avec des manucures ainsi que des soins du visage et des mains. Certains résidents prennent plaisir à s'occuper des autres résidents.



Lundi 28 juillet : médiation animale.



Vendredi 1er août matin: séance de gymnastique douce avec l'animatrice pour ouvrir l'appétit.



Mardi 5 août: partie de jeu quille.



Vendredi 1er août après le goûter: atelier photo .



Jeudi 7 août: promenade dans le jardin avec l'animatrice pour se dégourdir les jambes.



**Jeudi 14 août 2025**

**Messe en  
prévision de  
de l'Assomption**

**Célébrée par  
le Père Philibert**

**A 11h , en verrière RDC**

**Information auprès de l'animatrice:  
[qualivie-jardins-avon@ehpad-sedna.fr](mailto:qualivie-jardins-avon@ehpad-sedna.fr)**

Une messe en prévision de l'Assomption a été célébrée jeudi 14 août à 11h en verrière RDC.



Une messe en prévision de l'Assomption a été célébrée jeudi 14 août par le Père Philibert. Les familles sont toujours les bienvenues.



Deux personnes du Pôle de Fontainebleau s'occupent de préparer en amont la feuille de messe et viennent animer. Ceux qui le souhaitent peuvent lire une lecture.



**Samedi 30 août 2025**

# Karaoké

avec Laurent de  
Music'Anim

**15h**

**En salle d'animation**

**Pour célébrer les anniversaires  
Du mois d'août**

Pour information, comme tous les derniers samedis du mois, le prochain spectacle pour les anniversaires du mois d'août aura lieu samedi 30 août à 15h en salle d'animation.



Lundi 1er septembre un après midi jeux de société.



Le 2 septembre jeu avec Brigitte bénévole.



Mercredi 3 septembre atelier estime de soi pour une après midi très appréciée.



Atelier estime de soi : bien- être  
soin du visage et des mains, un  
moment de douceur et de détente  
pour les résidents. Un vrai instant  
de plaisir partagé dans une  
ambiance chaleureuse.



Atelier chorale : les voix se sont  
élevées avec joie lors de notre  
atelier chorale ,un vrai plaisir pour  
tous.



Au cours de la chorale ,madame porte une attention particulier à son carnet de chant.



Sortie à la supérette du quartier en fin d'après-midi. A l'intérieure ,l'ambiance est calme ,les résidents se dirige vers les rayons.



En sortant de la supérette, une petite pause, l'église au bout de la rue, attire le regard.

**MERCREDI 10 SEPTEMBRE  
2025**

**14H30, SALLE D'ANIMATION  
EHPAD LES JARDINS DE SEDNA**

Diffusion du film  
"Fontainebleau, ,,  
forêt de passion"

Présenté par M. Gache,  
bénévole les Amis de la  
Forêts de Fontainebleau



Mercredi 10 septembre 2025 à  
14h30 en salle d'animation :  
Diffusion du film "Fontainebleau,  
forêt de passions", présenté par  
monsieur Gache, bénévole des  
Amis de la Fontainebleau



Un mardi matin d'automne, nous embellissons le hall avec les résidents, parés de couleurs chaudes de la saison.



Un temps fort : la transition septembre -octobre.



Ce matin, nous avons profité du beau temps pour nous rendre au marché avec les résidents.



Après notre retour du marché, nous partageons un moment de dégustation du pâté avec les résidents.



Atelier tricot : un moment chaleureux cette semaine, les résidents se sont retrouvés autour d'un atelier tricot plein de bonne humeur. Entre échange de techniques et souvenirs partagés. Un rendez-vous apprécié qui mêle créativité et lien social



Nous avons lancée en avance l'activité d'octobre Rose, dans une ambiance conviviale et solidaire.